

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол №1 от 31.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 310 от 31.08.2026
Директор
_____/В.В. Худова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00b8db7e78067a126122daf90c748f6e36
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 29.05.2026 по 22.08.2027

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Твой выбор»

Срок освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 14-17 лет

Разработчик:
Зайцева Ирина Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Выбор профессии — один из главных жизненных выборов, совершаемых человеком в юном возрасте, основа его дальнейшей успешной социализации. В современном мире, в условиях стремительно меняющегося рынка труда, усложняющегося процесса взаимодействия человека и профессии, проблема выбора профессии становится особенно сложной.

Более чем актуальна эта проблема и для старшеклассников с интеллектуальными нарушениями. Старшеклассники с интеллектуальными нарушениями демонстрируют крайнюю нечеткость представлений о своем дальнейшем профессионально-образовательном маршруте, они особенно нуждаются в психолого-педагогическом сопровождении профессионального самоопределения.

Программа «Твой выбор» относится к программам **социально-гуманитарной направленности**.

Обучение, развитие и воспитание неразрывно связаны между собой и осуществляются на протяжении всего этапа обучения. Воспитательный процесс в рамках реализации программы органично вписан в воспитательное пространство ГБУ ДО Центр творчества и образования Фрунзенского района Санкт-Петербурга (далее - ЦТиО).

Адресат: программа предназначена для детей в возрасте **14 - 17 лет**

Актуальность программы определяется значимостью у подростков профессионального самосознания и осознанного намерения, осознанию интереса к будущей профессии. За краткостью слов «выбор профессии» стоит планирование, обдумывание профессионального жизненного пути. И речь идет о самом его начале – «профессиональном старте». Профессиональное самоопределение является начальным звеном профессионального развития личности.

Реализация программы направлена на формирование коммуникативных, ценностно-смысловых, социально-трудовых, общекультурных компетенций и компетенций личностного самосовершенствования.

Программа разработана в соответствие с нормативными документами и современными требованиями:

- Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
- Указ Президента РФ от 07.05.2018 №204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года от 31 марта 2022 №678-р;
- паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» (утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам, протокол от 24.12.2018 №16);
- приказ Министерства Российской Федерации от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– приказ Министерства Российской Федерации от 03.09.2019 №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

– приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «педагог дополнительного образования»;

– постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 02.06.2026 «Об утверждении СП 2.4.2.4283-26 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– распоряжение Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 25.08.2022 №1676-р «Об утверждении критериев оценки качества дополнительных общеразвивающих программ, реализуемых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и индивидуальными предпринимателями Санкт-Петербурга»;

– Устав ГБУ ДО ЦТиО Фрунзенского района Санкт-Петербурга.

Особенность данной программы состоит в том, профессиональная направленность и самосознание учащихся с интеллектуальными нарушениями имеют свои особенности. Поэтому профориентационная работа с ними должна строиться с учетом этих особенностей и быть направлена не столько на конкретную профориентацию, сколько на формирование психологической готовности к самостоятельной жизни, развитие у них социальной компетентности, развитие социальной активности, принятие на себя ответственности за собственное будущее, на трудовой образ жизни вообще. Программа «Твой выбор» позволяет учащимся изучить свои возможности и потребности и соотнести их с требованиями, которые предъявляет интересующая их профессия, подготовиться к будущей трудовой профессиональной деятельности и в дальнейшем успешно выстроить профессиональную карьеру, адаптируясь к социальным условиям и требованиям рынка труда.

Новизной программы является системный подход к содержанию профориентационной подготовки подростков в условиях дополнительного образования.

Уровень освоения – общекультурный, предполагает развитие жизненной компетенции обучающихся, позволяющей достичь максимальной самостоятельности (в соответствии с их психическими и физическими возможностями) осознанно выбирать сферу профессиональной деятельности, оптимально соответствующую личностным особенностям и возможностям, и запросам рынка труда. Готовность выпускников к продолжению профессионального образования.

Объем и срок освоения: программа рассчитана на 1 год обучения объемом 72 часа (один раз в неделю по два часа).

Цель программы: формирование у учащихся с интеллектуальными нарушениями способности осознанно выбирать сферу профессиональной деятельности, оптимально соответствующую личностным особенностям и возможностям, и запросам рынка труда.

Задачи:

Обучающие:

– актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся с интеллектуальными нарушениями за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотношении со своими интересами и возможностями;

– повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;

– ознакомить учащихся со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений.

Развивающие:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- развивать познавательных процессов, расширение представлений о мире профессий;
- развивать у учащихся с интеллектуальными нарушениями способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях;
- формировать у учащихся с интеллектуальными нарушениями умения соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.

Воспитательные:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- воспитывать мотивированное жизненно-заинтересованное отношения к труду и формирование соответствующих качеств личности: умения работать в коллективе, чувства самостоятельности, самоутверждения, ответственности.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- сформируют понятия о профессиях и профессиональной деятельности;
- узнают требования к современному профессионалу;
- узнают потребности современного рынка труда;
- познакомятся с правилами выбора профессии;
- познакомятся с методами и приемами познания себя;
- получают возможность на основе самодиагностики и знаний о мире профессий выбирать правильный профессиональный путь;
- познакомятся с особенностями личности человека, в том числе со своими собственными;
- получают сведения об учебных заведениях, предоставляющих возможность получения профессии;

Метапредметные результаты:

- получит развитие умение делать выбор и готовность нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.
- более сформированными станут показатели личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

Личностные результаты:

- сформирован реалистичный уровень притязаний в отношении профессионального будущего;
- осознание себя и своего места в жизни;
- умение строить свои отношения с окружающими станет более развитым;
- умение отстаивать свои права конструктивным способом будет более сформированным.

Планируемый результат программы: адекватный, осознанный выбор профессии обучающимися специальной (коррекционной) образовательной организации.

Организационно-педагогические условия реализации ДОП

Язык реализации – обучение осуществляется на русском языке.

Форма обучения – очная

Условия приема на первый год обучения – с 14 до 17 лет принимаются все желающие на основе заявления родителей (законных представителей)

Возможность дополнительного приема на первый год обучения – дополнительный набор возможен если наполняемость группы менее 12 человек.

Условия формирования группы: наполняемость группы – 12 -13 человек

Формы проведения занятий: учебное занятие, беседа, тестирование, игры, дискуссии, мастер-классы, подготовка и участие в конкурсах профориентационной направленности.

Формы организации деятельности учащихся на занятии: групповая, парная и индивидуальная с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

На занятиях применяются следующие виды деятельности: обсуждение поставленной проблемы, диагностика, информационные сообщения, работа с Интернет-ресурсами, упражнения на развитие коммуникативных навыков, навыков работы в коллективе, консультации.

Материально-техническое оснащение:

Для успешного проведения занятий необходимо оснащение кабинета. Помещение, отводимое для занятий, должно отвечать санитарно-гигиеническим требованиям: быть сухим, светлым, тёплым, с естественным доступом воздуха, хорошей вентиляцией, с площадью, достаточной для проведения занятий группы в 12 человек, отвечающее технике безопасности и нормам (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015г № 26 об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья")

Общее освещение кабинета в период, когда невозможно естественное освещение лучше обеспечивать люминесцентными лампами, что очень важно при подборе цвета и красок. Стены кабинета должны быть окрашены в светлые тона.

Технические средства обучения:

Наличие кабинета, мультимедийное оборудование, канцелярские принадлежности (тетради, ручки, карандаши).

Обучение, развитие и воспитание неразрывно связаны между собой и осуществляются на протяжении всего этапа обучения. Воспитательный процесс в рамках реализации программы органично вписан в воспитательное пространство ЦТиО согласно приложению 5.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма контроля/аттестации
		теория	практика	Всего	
	Раздел 1: Что я знаю о себе?	12	12	24	
1	Вводное занятие.	1	1	2	Наблюдение, Контрольные вопросы на знание правил техники безопасности
2	В поисках будущей профессии	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы

3	Что я знаю о себе? Темперамент. Что такое темперамент. Типы темперамента.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
4	Влияние темперамента на выбор профессии	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
5	Ощущения. Восприятие. Ведущие каналы восприятия.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
6	Внимание. Что такое внимание. Как развивать внимание.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
7	Что такое характер?	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
8	Эмоциональное состояние и приемы саморегуляции.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
9	Память. Виды памяти. Развитие памяти	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
10	Способности и профессиональная пригодность. Виды способностей: общие и специальные	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
11	Структура и средства общения. Что такое «успешная коммуникация». Способы и виды общения.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
12	Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
	Раздел 2: Формула выбора профессии.	8	8	16	
13	Представление о себе и выбор профессии. Что такое профессия? Типы профессий.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
14	Секреты выбора профессии. Что необходимо учитывать при выборе профессии. Ошибки при выборе профессии.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
15	Склонности и интересы в профессиональном выборе. Связь предмета и профессии.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
16	Возможности личности	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для

	в профессиональной деятельности.				обсуждения темы
17	Здоровье и выбор профессии	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
18	Понятие профессиограммы.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
19	Социальные проблемы труда. Оценка потребностей современного рынка труда.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
20	Обобщающий урок. Профессии будущего	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
	Раздел 3: Я в мире профессий.	16	16	32	
21	Классификация профессий.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
22	Профессии типа «человек- человек». Описание профессий.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
23	Профессии типа «человек-техника». Описание профессий.	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
24	Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессии. Определение уровня развития логического и пространственного мышления	1	1	2	Наблюдение, Вопросы для обсуждения темы
25	Профессии типа «человек – природа». Описание профессии. Требования к профессионалу	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
26	Профессии типа «человек – художественный образ». Описание профессии.	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
27	Общественно-значимые профессии	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
28	Обобщение представлений о профессиях	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
29	Жизненные ценности и мотивы выбора профессии.	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
30	Стратегия	1	1	2	Вопросы для обсуждения

	планирования карьеры. Упражнение «План моего будущего»				темы
31	Мои профессиональные намерения. Профессиональные и жизненные планы.	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
32	Профессиональное образование. Уровни образования.	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
33	Профессиональные учебные заведения города. Куда идти учиться?	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
34	Мой образовательный маршрут Конструирование образовательного маршрута. Понятие образовательного маршрута.	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
35	Подготовка проекта: «Мой личный профессиональный план».	1	1	2	Вопросы для обсуждения темы
36	Итоговое занятие. Обобщение приобретенных учащимися знаний и умений, необходимых для принятия решения при выборе профессии и планирования своего профессионального пути		2	2	Вопросы для обсуждения темы
Итого		36	36	72	

ФИО

Учебный час равен – 45 минут.

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ТВОРЧЕСТВА И ОБРАЗОВАНИЯ
ФРУНЗЕНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
протокол №1 от 31.08.2026

УТВЕРЖДЕНО
Приказ № 310 от 31.08.2026
Директор
_____/В.В. Худова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00b8db7e78067a126122daf90c748f6e36
Владелец: Худова Виктория Валентиновна
Действителен: с 29.05.2026 по 22.08.2027

**Рабочая программа дополнительной
общеразвивающей программы**

«Твой выбор»

ГОД ОБУЧЕНИЯ – 1
№ ГРУППЫ – 37-1, 37-2 СТО

Разработчик:
Зайцева Ирина Юрьевна,
педагог дополнительного образования

Рабочая программа 1-й год обучения

Задачи:

Обучающие:

- актуализировать процесс профессионального самоопределения учащихся с интеллектуальными нарушениями за счет специальной организации их деятельности, включающей получение знаний о себе, о мире профессионального труда, их соотношении со своими интересами и возможностями;
- повысить уровень психологической компетенции учащихся за счет вооружения их соответствующими знаниями и умениями, расширения границ самовосприятия, пробуждения потребности в самосовершенствовании;
- ознакомить учащихся со спецификой профессиональной деятельности и новыми формами организации труда в условиях рыночных отношений.

Развивающие:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- развивать познавательных процессов, расширение представлений о мире профессий;
- развивать у учащихся с интеллектуальными нарушениями способности к профессиональной адаптации в современных социально-экономических условиях;
- формировать у учащихся с интеллектуальными нарушениями умения соотносить свои склонности и способности с требованиями профессиональной деятельности.

Воспитательные:

- сформировать у учащихся положительное отношение к самому себе, осознание своей индивидуальности, уверенность в своих силах применительно к реализации себя в будущей профессии;
- воспитывать мотивированного жизненно-заинтересованного отношения к труду и формирование соответствующих качеств личности: умения работать в коллективе, чувства самостоятельности, самоутверждения, ответственности.

Содержание программы

Содержание программы состоит из трех разделов:

- «Образ –Я»;
- Формула выбора профессии»;
- «Я в мире профессий».

Раздел 1: Образ Я

1. Вводное занятие, инструктаж по технике безопасности

Теория - правила поведения на занятиях, расписание занятий, цели и задачи обучения на текущий год; Презентация программы. Обсуждение правил поведения на занятиях по программе и в коллективе.

Практика- игра «Знакомство», Задание: для чего мне нужна эта программа обучения, диагностика: проективные методики

2. Основные понятия. Внутренний мир человека и возможности его познания.

Теория - знакомство с понятиями: личность, образ «Я», самопознание, самоанализ.

Практика – Игра «Кто я», диагностика по методике «Я»

3. Готовность к профессиональному самоопределению. Самооценка. Я – концепция

Теория - понятие: самооценка, как формируется самооценка, как она влияет на успешность личности

Практика - Тестирование

4. Темперамент. Что такое темперамент. Типы темперамента. Тест Айзенка для подростков Влияние темперамента на выбор профессии

Теория - История возникновения понятия «Темперамент», типы темперамента в соответствии с учением Гиппократом, современные понятия о типах нервной системы и их соответствие типам темперамента.

Практика - Диагностика типа темперамента по тесту Айзенка.

5. Ощущения. Восприятие. Ведущие каналы восприятия.

Теория - Понятия: Ощущения, восприятие, ведущие каналы восприятия, особенности восприятия

Практика - Диагностика: «Аудиал, визуал, кинестетик»

6. Внимание. Что такое внимание. Как развить внимание.

Теория - Определение понятия «внимание». Роль внимания в познавательной деятельности человека, типы внимания.

Практика - Диагностика: корректурная проба, распределение внимания.

Упражнения на развитие концентрации внимания

7. Память. Виды памяти. Развитие памяти.

Теория - Понятие «память», виды памяти по объему, долговременная, кратковременная и оперативная память.

Практика - Диагностические методики изучения познавательных процессов.

Упражнения на развитие внимания и памяти

8. Мышление. Виды мышления. Определение типа мышления

Теория - Что такое «мышление», отличие процесса мышления от других познавательных процессов. Как развить мышление. Пять типов мышления. Определение типа мышления.

Практика - Диагностика: «Определение типа мышления»

9. Способности и профессиональная пригодность. Виды способностей: общие и специальные.

Теория - Виды способностей: общие и специальные. Условия развития способностей. Способности и профессиональная пригодность.

Практика - Упражнения «Мои способности», «В чем я профессионал?» Игра на платформе LearningApps на закрепление материала

10. Структура и средства общения. Что такое «успешная коммуникация». Способы и виды общения.

Теория - Что такое «коммуникация», понятие «успешная коммуникация». Различные виды коммуникации. Деловое общение, правила делового общения. Личностное общение.

Практика - Составление и ранжирование списка знакомых «Кто мне может и чем помочь в выборе профессии»

11. Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.

Теория - Признаки делового общения; способы разрешения конфликтов.

Практика - Игры: «Комплимент», «Выпустить пар», «Архитектура»

12. Обобщающий урок. Образ – Я.

Теория - Обобщение пройденного материала.

Практика - Игра «Внутреннее созерцание». Диагностика «Мой портрет»

Раздел 2: Формула выбора профессии.

13. Представление о себе и выбор профессии. Роль самооценки в выборе профессии. Что такое профессия? Типы профессий.

Теория - Роль самооценки в выборе профессии. Что такое профессия? Типы профессий.

Уровень притязаний, от чего он зависит. Чем необходимо руководствоваться при выборе профессии.

Практика - Игра «Классификация профессий»

14. Секреты выбора профессии. Что необходимо учитывать при выборе профессии. Ошибки при выборе профессии

Теория - Что такое «профессия». «специальность», «должность». Совершенствование в труде. Зачем мы работаем? Составление формулы выбора профессии

Практика - Групповая дискуссия «Как мы выбираем». Упражнение «МОГУ, ХОЧУ, НАДО». Подготовка к участию в районном этапе Олимпиады по профориентации

15. Склонности и интересы в профессиональном выборе.

Теория - «Хочу»: роль собственных стремлений при выборе профессии. Определение интересов в выборе профессии, Связь школьных предметов и профессий: где могут пригодиться школьные знания?

Практика - Игры: «Интересы»; «Открытка»

16. Возможности личности в профессиональной деятельности.

Теория - «Могу»: учет собственных возможностей в профессиональной деятельности. Необходимость учета особенностей типа темперамента при выборе профессии.

Практика - Упражнение на соотнесение различных профессий и типа темперамента.

17. Здоровье и выбор профессии

Теория - Профессия и здоровье. Медицинские требования в различных профессиях. Профессия как ресурс сохранения здоровья.

Практика - Игра: медицинские противопоказания к различным профессиям. Методика «Мое здоровье».

18. Понятие Профессиограммы.

Теория - Профессиограмма как сочетание описаний объективной и субъективной стороны труда. Объективная сторона труда: требования к квалификации, условия труда, орудия труда, режим работы и т.д. Субъективная сторона – профессионально важные качества.

Практика - Упражнение на разбор профессиограмм.

19. Социальные проблемы труда. Оценка потребностей современного рынка труда.

Теория - «Надо»: оценка потребностей современного рынка труда в Санкт-Петербурге. Как согласовывать потребности рынка труда в городе и стране со своими притязаниями.

Практика - Игра «Кто нужен нашему городу?»

20. Обобщающий урок. Профессии будущего

Теория - Новые профессии – новые возможности

Практика – Упражнение «Портрет профессионала»

Раздел 3: Я в мире профессий.

21. Классификация профессий.

Теория - Разделение профессий по предмету труда. Классификация профессий по характеру труда. Что такое «предмет труда», пять основных типов профессий по предмету труда. Понятие «характер» труда. Профессии «творческие» и «алгоритмические», их особенности и значимость в обществе.

Практика - Игра: Классификация профессий. Диагностика: «Ориентация»

22. Профессии типа «человек- человек».

Теория - Описание профессий. Профессионально важные качества.

Практика - Игра: Калейдоскоп помогающих профессий

23. Профессии типа «человек-техника». Описание профессий.

Теория - Предмет труда: машины, механизмы. Профессиональные требования к уровню логического мышления и координации. Определение склонности к данному типу профессий.

Практика - Игра «Профессионально важные качества»

24. Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий.

Теория - Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий. Предмет труда: знаки, тексты, символы.

Практика - Упражнение: Требования к профессионалу.

25. Профессии типа «человек – природа». Описание профессии. Требования к профессионалу.

Теория - Предмет труда: объекты природы. Профессиональные требования к уровню предметно-действенного мышления. Знакомство с современными профессиями. Необходимость изучения и защиты природы в современном мире.

Практика - Игра: калейдоскоп профессий: садовник, зоотехник, овощевод, лесник и т.д

26. Профессии типа «человек – художественный образ». Описание профессии.

Теория - Предмет труда: произведения искусства. Область применения своих способностей в зависимости от уровня их развития.

Практика – Игра на платформе LearningApps «Орудия труда и профессия»

27. Общественно-значимые профессии

Теория - Общественно-значимые профессии

Практика - Ролевая игра «Интервью».

28. Обобщение представлений о профессиях

Теория - Профессии которые нас окружают.

Практика – Игра: Примерочная профессий

29. Жизненные ценности.

Теория - Ценности цели, Ценности средства Жизненные ценности и выбор профессии

Практика - Игра: Мои ценности цели и ценности средства

30. Карьерные ориентации, построение карьерного пути.

Теория - Соотношение понятий «профессия» и «карьера». Современные представления о карьере как о профессиональном жизненном пути.

Практика - Упражнение: Карьерные решения. Знакомство с профессиональной карьерой успешных в различных сферах профессионалов.

31. Мои профессиональные намерения.

Теория - Определения типа профессии по предмету и характеру труда в соответствии со своими склонностями и способностями.

Практика - Определение профессиональной направленности личности: тест Голланда

Анализ диагностики, составление психологического портрета.

32. Профессиональное образование. Уровни образования

Теория - Механизмы взаимодействия рынка труда и образовательных услуг. Типичные ошибки при выборе профессии и образовательного учреждения.

Практика - Игра на платформе LearningApps «Найди ошибку»

33. Профессиональные учебные заведения города. Куда идти учиться?

Теория - Колледжи Санкт-Петербурга. Знакомство с образовательными учреждениями среднего профессионального образования района и Санкт-Петербурга.

Практика - Экскурсия в колледж. Встреча с представителями Колледжа

34. Мой образовательный маршрут. Понятие образовательного маршрута. Конструирование образовательного маршрута. Особенности разных уровней образования

Теория - Понятие образовательного маршрута. Конструирование образовательного маршрута.

Практика - Упражнения на завершение обучения «Чемодан в дорогу». Методика «Интервью с самим собой».

35. Подготовка проекта: «Мой личный профессиональный план»

Теория - Принятие решения по направлению будущей профессиональной деятельности и построение индивидуального образовательного маршрута.

Практика - Методика: «Я через 10 лет» Систематизация индивидуальных результатов

36. Итоговое занятие. Моя будущая профессия

Теория - Подведение итогов

Практика - Защита проектов.

Планируемые результаты

Предметные результаты:

- сформируют понятия о профессиях и профессиональной деятельности;
- узнают требования к современному профессионалу;
- узнают потребности современного рынка труда;
- познакомятся с правилами выбора профессии;
- познакомятся с методами и приемами познания себя;
- получат возможность на основе самодиагностики и знаний о мире профессий выбирать правильный профессиональный путь;
- познакомятся с особенностями личности человека, в том числе со своими собственными;
- получат сведения об учебных заведениях, предоставляющих возможность получения профессии;

Метапредметные результаты:

- получит развитие умение делать выбор и готовность нести за него ответственность на основе внутренней позиции взрослого человека.
- более сформированными станут показатели личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека, которая проявляется в осознании себя как члена общества и в понимании необходимости самому принимать решения относительно своего будущего.

Личностные результаты:

- сформирован реалистичный уровень притязаний в отношении профессионального будущего;
- осознание себя и своего места в жизни;
- умение строить свои отношения с окружающими станет более развитым;
- умение отстаивать свои права конструктивным способом будет более сформированным.

Планируемый результат программы: адекватный, осознанный выбор профессии обучающимися специальной (коррекционной) образовательной организации.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
реализации дополнительной общеразвивающей программы
«Твой выбор» на 2026/2027 учебный год
СТО 37-1, СТО 37-2 (четверг)

Месяц	Число	Раздел программы.	Количество часов	Итого часов в месяц
		Тема. Содержание		
сентябрь	Раздел программы «Вводное занятие»			8
	03	Введение в образовательную программу. Техника безопасности на занятиях по программе «Твой выбор». Диагностика учащихся	2	
	Раздел программы: «Образ Я»			
	10	Основные понятия. Внутренний мир человека и возможности его познания.	2	
	17	Готовность к профессиональному самоопределению. Самооценка. Я – концепция.	2	
	24	Темперамент. Влияние темперамента на выбор профессии	2	
октябрь	01	Ощущения. Восприятие. Ведущие каналы восприятия.	2	10
	08	Внимание. Что такое внимание. Как развить внимание.	2	
	15	Память. Виды памяти. Развитие памяти.	2	
	22	Мышление. Виды мышления. Определение типа мышления	2	
	29	Способности и профессиональная пригодность. Виды способностей: общие и специальные.	2	
ноябрь	05	Структура и средства общения. Что такое «успешная коммуникация». Способы и виды общения	2	8
	12	Деловое общение. Конфликт. Виды конфликтов. Способы разрешения конфликтов.	2	
	19	Обобщающий урок. Образ – Я.	2	
	Раздел программы: Формула выбора профессии.			
	26	Представление о себе и выбор профессии	2	
декабрь	03	Секреты выбора профессии. Что необходимо учитывать при выборе профессии.	2	8
	10	Склонности и интересы в профессиональном выборе.	2	
	17	Возможности личности в профессиональной деятельности	2	
	24	Здоровье и выбор профессии	2	
январь	14	Понятие Профессиограммы.	2	6
	21	Социальные проблемы труда. Оценка потребностей современного рынка труда.	2	
	28	Обобщающий урок. Профессии будущего	2	
февраль	Раздел программы: Я в мире профессий			8
	04	Классификация профессий.	2	
	11	Профессии типа «человек- человек».	2	
	18	Профессии типа «человек-техника». Описание профессий.	2	
	25	Профессии типа «человек - знаковая система». Описание профессий.	2	
март	04	Общественно-значимые профессии.	2	

	11	Профессии типа «человек – природа». Описание профессии. Требования к профессионалу.	2	8
	18	Профессии типа «человек – художественный образ». Описание профессии.	2	
	25	Обобщение представлений о профессиях.	2	
апрель	01	Жизненные ценности.	2	10
	08	Карьерные ориентации, построение карьерного пути.	2	
	15	Мои профессиональные намерения.	2	
	22	Профессиональное образование. Уровни образования	2	
	29	Профессиональные учебные заведения города. Куда идти учиться? Встреча с представителями колледжа	2	
май	06	Мой образовательный маршрут. Понятие образовательного маршрута.	2	6
	13	Подготовка проекта: «Мой личный профессиональный план»	2	
	20	Итоговое занятие. Моя будущая профессия.	2	
Итого часов:			72	72

МЕТОДИЧЕСКИЕ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Методические материалы

Методы, используемые при проведении занятий

Методы обучения: словесный, наглядный, практический, объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, проблемный, игровой, дискуссионный, интерактивного обучения, стимулирования и мотивации деятельности.

Образовательные (педагогические) технологии:

- технология личностно-ориентированного подхода;
- технология игрового моделирования;
- технология развивающего обучения;
- технологии проектного обучения;
- технология проблемного обучения;
- технология портфолио (технология накопления и систематизации информации о достижениях обучающегося);
- технология организации самостоятельной работы;
- информационно-коммуникационные технологии (в т.ч. технологии дистанционного и электронного обучения).

Дидактические средства

- презентации профориентационной направленности;
- фильмы профориентационной направленности;
- игры на платформе LearningApps на закрепление материала;
- игры и упражнения профориентационной направленности;
- диагностический инструментарий.

Информационные источники

1. Афанасьева Р. А. Профориентационная работа с детьми и подростками с ограниченными возможностями жизнедеятельности // Наука и школа. 2015. №6.
2. Афанасьева, Р. А. Профориентация подростков с ограниченными возможностями жизнедеятельности [Текст]: сб. диагност. материалов / Р.А. Афанасьева, З. А. Дулатова, В. И. Карпушенко. – Иркутск: Изд-во ВСГАО, 2010. – 70 с.

3. Долгушина Татьяна Николаевна, Юревич Светлана Николаевна Профессиональное самоопределение как компонент профессионального становления личности // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2013. №3-4

4. Кантор В. З., Антропов А. П., Гдалина Т. Г. Старшие школьники с инвалидностью и выбор профессионально-образовательного маршрута: мотивационно-потребностные аспекты обучения в вузе // Психологическая наука и образование. 2018. Т. 23. № 2. С. 42–49.54 Известия РГПУ им. А. И. Герцена].

5. Климов Е.А. Психология профессионального самоопределения: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — 4-е изд., стер. — М.: Издательский центр «Академия», 2010.

6. Маллер, А. Р. Дети с нарушением интеллекта: социально-трудовая адаптация [Текст] /А. Р. Маллер. – М., 2010. – 123 с.

7. Маллер, А. Р. Социальное воспитание и обучение детей с отклонениями в развитии: практ. пособие / А. Р. Маллер. – М., 2005. – 121 с.

8. Материалы круглого стола «Современная профориентация: вызовы времени, тенденции, подходы» Москва 8 ноября 2012.

9. <http://metodkabi.net.ru/> Г.В. Резапкина. Программа предпрофильной подготовки для 9-х классов «ПСИХОЛОГИЯ И ВЫБОР ПРОФЕССИИ»

10. Старобина, Е. М. Профессиональная подготовка лиц с умственной отсталостью [Текст] / Е. М. Старобина. – М.: НЦ ЭНАС, 2003. – 120 с.

Перечень интернет-ресурсов

- «Навигатум» <https://вмирепрофессий.рф/>
- Портал «ПроеКТОриЯ» <https://proektoria.online/>
- «Билет в будущее» <https://bvbinfo.ru/>

Оценочные материалы

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, промежуточная аттестация, текущий и итоговый контроль.

Входной контроль – проводится на вводном занятии, направлен на выявление представлений о мире профессий. Результаты педагогического наблюдения фиксируются в карте входного контроля (приложение №1).

Текущий контроль – проводится в течение года в форме оценки выполнения упражнений или творческих работ по прохождению разделов (тем) программы по результатам педагогического наблюдения. Результаты заносятся в *карту текущего контроля* (приложение № 2), в *карту учета творческих достижений учащихся* (приложение № 3). Карты заполняются по мере прохождения разделов.

Итоговый контроль - проводится в конце обучения по программе в форме анализа выполнения творческого проекта. Результаты педагогического наблюдения фиксируются в карте (приложение № 4).

КОНТРОЛЬ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

Контрольно-оценочный компонент представлен комплексом методик:

Основополагающим методом исследования является тестирование:

Используемый диагностический инструментарий:

- опросник профессиональных склонностей Л.А. Йовайши (модификация Г.В. Резапкиной);
- опросник тип мышления (сокращенный вариант);
- тест Айзенка (определение типа темперамента);
- диагностические методики изучения познавательных процессов (мышления, памяти);
- методика «корректирующая проба»;

- опросник Климова (по выявлению типа профессии по предмету труда);
- тест Дж. Голланда (Дж. Холланда) на определение проф. типа (модификация Г.В. Резапкиной) и др.

В целом данные методики дают возможность оценить результативность освоения программы. Общими критериями диагностики являются:

1. Знание понятий, связанных с миром профессий, ориентация в мире профессионального труда.
2. Анализ своих личностных качеств, желаний, интересов, склонностей, способностей, ценностей и потребностей в соответствии с требованиями той или иной профессии.
3. Знание диагностических средств и умение анализировать личностные характеристики, опираясь на результаты диагностических методик.
4. Анализ соответствия профессий желаниям, способностям, возможностям, личностным качествам учащегося. Реалистичный уровень притязаний в отношении профессионального будущего, умение ставить конкретные цели и выбирать адекватные способы реализации.

На основе этих критериев выделяется 3 уровня освоения программы

Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам тематического планирования рабочей программы).

Соответствие практических знаний ребенка программным требованиям:

- **низкий уровень** (объем усвоенных знаний составляет менее 1/2, предусмотренных рабочей программой);
- **средний уровень** (объем усвоенных знаний составляет более 2/3);
- **высокий уровень** (дети освоили практически весь объем знаний, предусмотренных рабочей программой за конкретный период).

Приложение №1

Карта входного контроля

№	Ф.И.	Критерии				
		Представления о мире профессий	Готовность к выбору профессии	Умение взаимодействовать	Активность и самостоятельность	Волевые качества личности

Приложение №2

Карта текущего контроля

№	Ф.И.	Разделы (темы) программы		
		Образ - я	Формула выбора профессии	Я в мире профессий

Условные обозначения:

низкий уровень: объем усвоенных знаний составляет менее 1/2, предусмотренных рабочей программой;

средний уровень: объем усвоенных знаний составляет более 2/3;

высокий уровень: дети освоили практически весь объем знаний, предусмотренных рабочей программой за конкретный период.

Карта достижений учащихся «Участие в конкурсах, фестивалях, проектах»

	Уровень мероприятия	Районный уровень		Городской уровень	
№	Ф.И. учащегося	Олимпиада по профориентации для обучающихся с ОВЗ	Конкурс мультимедийных презентаций для обучающихся с ОВЗ	Фестиваль «Город мастеров» для обучающихся с ОВЗ	Профориентационный форум «Человек нового времени»

Промежуточная аттестация и итоговый контроль

Ф.И.	Предметные результаты		Метапредметные результаты		Личностные результаты	
	Знание понятий, связанных с миром профессий, ориентация в мире профессионального труда	Освоение методов и приемов познания себя	Развитие умения сделать выбор и готовности нести за него ответственность	Формирование личностного самоопределения: наличие внутренней позиции взрослого человека	Реалистичный уровень притязаний в отношении профессионального будущего	Осознание себя и своего места в жизни

Н – низкий уровень:

- у обучающегося недостаточно информации о профессии и путях ее получения;
- обучающийся не проявляет активности по получению необходимой информации о той или иной профессии;
- обучающийся не может составить профессиональный план.

С – средний уровень:

- достаточная информация о профессии и путях ее получения;
- обучающийся проявляет активность по получению необходимой информации о той или иной профессии только с помощью педагога или товарищей;
- обучающийся может составить профессиональный план только с помощью педагога или товарищей

В – высокий уровень:

- полная информация о профессии, ясное представление требований профессии к человеку, конкретного места ее получения, потребностей общества в данных специалистах;
- высокая активность по получению необходимой информации о той или иной профессии, желание (не обязательно реализуемое, но проявляемое) пробы своих сил в конкретных областях деятельности

Наличие у учащегося обоснованного профессионального плана.

Организация воспитательной работы в детском объединении

Уровень	Задача уровня	Виды, формы и содержание деятельности	Мероприятия по реализации уровня
Инвариантная часть			
Учебное занятие	использовать в воспитании подрастающего поколения потенциал ДООП как насыщенной творческой среды, обеспечивающей самореализацию и развитие каждого учащегося	Формы: беседа, рассказ, самостоятельная работа, конкурс. Виды: проблемно-ценностное общение; обсуждение поставленной проблемы, диагностика, упражнения на развитие коммуникативных навыков, навыков работы в коллективе. Содержание деятельности: В соответствии с рабочей программой	Согласно учебно-тематическому плану в рамках реализации ОП
Детское объединение	содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках;	1) коллективные формы фестивали 2) групповые формы: конкурсы, экскурсии, мастер-классы, 3) индивидуальные формы, беседы, консультации	Согласно плану воспитательной работы
Работа с родителями	обеспечить согласованность позиций семьи и образовательного учреждения для более эффективного достижения цели воспитания, оказать методическую	На групповом уровне: мастер-классы, семинары, круглые столы с приглашением специалистов; На индивидуальном	Консультации, беседы по вопросам воспитания, обучения и обеспечения безопасности детей

	помощь в организации взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся в системе дополнительного образования, повысить уровень коммуникативной компетентности родителей (законных представителей) в контексте семейного общения, исходя из ответственности за детей и их социализацию		уровне: индивидуальное консультирование с целью координации воспитательных усилий педагогов и родителей.	
--	--	--	--	--

Вариативная часть

Профессиональное самоопределение	содействовать приобретению опыта личностного и профессионального самоопределения на основе личностных проб в совместной деятельности и социальных практиках	В соответствии с рабочей программой формы и содержание деятельности: • Мероприятия (беседы, лекции, экскурсии) • События (фестивали, конкурсы) • Игры (сюжетно-ролевые) Совместная деятельность педагогов и обучающихся по направлению «самоопределение» включает в себя профессиональное просвещение, диагностику и консультирование по проблемам профориентации, организацию профессиональных проб учащихся: • профориентационные игры, расширяющие знания учащихся о типах профессий, о	В соответствии с рабочей программой • помощь и поддержка потребностей и интересов детей и подростков, направленных на освоение ими различных способов деятельности; • помощь и поддержка в освоении способов целеполагания для реализации жизненных планов (профессиональное самоопределение, выбор жизненной позиции), освоение социокультурных стратегий достижения жизненных планов; • поиск эффективных форм и методов содействия детям в решении актуальных проблем; • привлечение
----------------------------------	---	---	---

		способах выбора профессий, о достоинствах и недостатках той или иной, интересной обучающимся, профессиональной деятельности; • участие в работе всероссийских профориентационных проектов, созданных в сети интернет: просмотр лекций; • индивидуальные консультации психолога	широкого круга специалистов к индивидуальному консультированию детей, их семей и др.
--	--	--	---

**Воспитательная работа в коллективе «Твой выбор»,
педагог дополнительного образования Зайцева Ирина Юрьевна**

Мероприятие	Дата	Время	Место	Ответственный
Городской фестиваль «Город мастеров» для обучающихся общеобразовательных учреждений, реализующих адаптированные общеобразовательные программы	23.09.2026	13.00 – 16.00	СПб ГБ ПОУ КПСС «Колледж «ПетроСтройСервис», пр. Непокоренных, д.13, корп. 7	Зайцева И.Ю.
Экскурсия на Императорский фарфоровый завод «Профессии на производстве». Мастер-класс по росписи фарфора	апрель 2027	по согласованию	пр. Обуховской обороны д. 151	Зайцева И.Ю.
Районный конкурс мультимедийных презентаций для обучающихся с ОВЗ «Многогранник профессий»	05.04.2027	по графику	ЦТиО	Зайцева И.Ю.